

LO IMPORTANTE ES LA ACTITUD: CÓMO AYUDAR A OTROS

José Domingo Cuesta, S.J.

La persona crece junto a otra persona (Judin, 1969).

INTRODUCCIÓN

¿Qué es el Acompañamiento espiritual? Los puntos de vista varían según las personas y las perspectivas desde donde se ubican. Así por ejemplo, aparecen las siguientes definiciones:

- a. Un diálogo en el cual uno de los interlocutores se esfuerza por promover en el otro un proceso de maduración interior que lo lleve a vivir los valores cristianos de una manera cada vez más plena (Laplace, Jean, 1967).
- b. Un ministerio que se orienta fundamentalmente a ayudar a las personas a desarrollar su relación con Dios (Willian A. Berry, 1982).
- c. Un “diálogo espiritual” entendido como un tipo de comunicación interpersonal en el que un adulto (acompañante) ayuda a otro adulto (acompañado) en su crecimiento espiritual. (González-Alorda, A. 1993, p. 29).
- d. Una ayuda que un hombre/mujer ofrece a otro para que crezca en su fe y sea él mismo en la realización de la voluntad de Dios (Van Breemen, P. 1996, p. 364).

En lo que sigue, entendemos el AE como *una relación de ayuda espiritual entre la persona que acompaña y la que es acompañada en orden a buscar y acertar en la Voluntad de Dios.*

El acompañante camina con el otro hacia el descubrimiento de sí mismo y de lo que lo ha movido a buscar. A su vez, ofrece una *ayuda* en el crecimiento espiritual de la otra persona (en la

oración, en el discernimiento, en la vida) en presencia de Jesucristo y abiertos ambos a la escucha del Espíritu.

El Evangelio nos ofrece multitud de pasajes donde Jesús ejerce una labor de acompañamiento espiritual. Allí, enseña, corrige, anima con su palabra y su vida al grupo de los doce y a cada uno en particular.

- a) El diálogo con **Nicodemo** (Jn 3, 1-12)
- b) Con **la Samaritana** (Jn 4, 4-30)
- c) Con **los de Emaús** (Lc 24, 13-35). Es una relación personal en que les va llevando a través del encuentro a la conversión y a la fe

La fuerza del encuentro

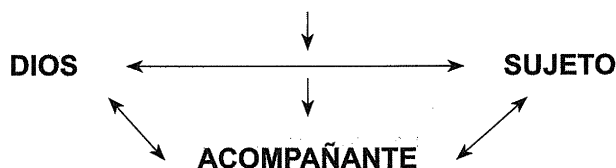
Cuando hablamos de Acompañamiento espiritual, hay que pensar que parte fundamental del mismo es la relación que se establece.

- 1. Relación entre Dios que se comunica con su criatura
- 2. Relación entre Dios con la persona que acompaña
- 3. Relación entre la persona que acompaña con aquél o aquella que pide ayuda.

En todo esto, queremos resaltar en primer lugar, la presencia de Dios, porque el proceso de acompañamiento es un coloquio que exige la presencia interactiva de **tres personas**: la del acompañante, la del acompañado y la del Espíritu Santo.

La relación acompañante —acompañado está marcada por una necesaria referencia a un *tercero*. Dios es el único *director* y la misión del acompañante humano es saber discernir en sí mismo y en la otra persona, la Voluntad de Dios. Sin esta visión de fe, el acompañamiento puede convertirse en algo totalmente diferente.

El esquema de interacción sería:



La relación básica y fundamental es entre Dios (quien toma la iniciativa y quiere comunicarse al ser humano) y el acompañado (con lo que quiere y desea). Casi todo sucede entre Dios y el sujeto de la experiencia espiritual. El acompañante *ayuda*, facilita dicha relación y encuentro, está “en medio como el que sirve” (Lc 22, 27). Esto exige que los dos *sujetos* del coloquio se pongan en contacto con el dinamismo de ese *tercero* y se dejen conducir por El.

El acompañamiento toma su sentido desde aquí, en la medida en que sus participantes son conscientes de la presencia de este *Otro* que actúa en sus vidas. La plenitud de la relación se da cuando interviene la *palabra extraña* (esto es, que no brota de los dos interlocutores, sino que los supera); cuando los dos toman conciencia de hallarse delante de Dios.

La evocación de este *tercer miembro* presente en el proceso constituye una invitación a que el acompañante **no olvide su papel de mediador** que acompaña y su esfuerzo por centrarse en la persona del acompañado dejando que entre en diálogo con Dios. No debe olvidar que en la relación que se establece entra en juego la Gracia divina. Tal vez en ningún otro campo, como en el del acompañamiento espiritual, interdependen tanto entre sí naturaleza y gracia.

‘La presencia de la Gracia compromete al acompañante a “dejar espacio” a Dios en la modalidad del camino que la persona desea seguir. El que acompaña, debe estimular estas fuerzas que actúan en la persona. El que acompaña juega un papel secundario y *neutral* en el proceso, “estar en medio como en un peso”.

La relación de ayuda

Quisiéramos resaltar aquí el elemento de la *relación*. Para ello nos apoyaremos en un modelo que pone la atención en la actitud de la persona que acompaña. A esto le llamamos *relación de ayuda*.

¿Qué es la relación de ayuda? Es toda relación en la que, al menos una de las partes, intenta promover en el otro el desarrollo, la maduración y la capacidad de funcionar mejor y enfrentar la vida de manera más adecuada. Este tipo de relación tiende a promover aquellos aspectos de la persona que en su tiempo no fueron debidamente desarrollados y que la ponen en conflicto con su entorno y consigo misma.

Por parte, del que acoge esto supone el convencimiento de que la otra persona puede crecer y potenciar sus posibilidades para salir adelante por sí misma, aunque necesite nuestro apoyo a través del proceso. Sus objetivos son los de facilitar que la persona pueda darse cuenta de su mundo interior, de qué le está pasando y de qué recursos tiene para crecer. Puesto que cuanto más capaces somos de percibir nuestros sentimientos y emociones, y expresar nuestros deseos, necesidades, etc. mejor es nuestra comunicación y nuestras relaciones. Si no sabemos qué nos pasa, no nos podemos comunicar.

Un gran número de relaciones en las que participamos son, o pueden ser, relaciones de ayuda. La relación de ayuda no es patrimonio de unos cuantos especialistas, pero es verdad que para que sea óptima, sólo puede ser creada por personas psicológicamente maduras. Es decir, que la persona que trata de ayudar a otra, necesita unas condiciones mínimas para controlar la angustia del otro, sin que se descontrola ella misma. Se necesita un equilibrio emocional estable.

La relación de ayuda es un arte, que implica unas técnicas, unas actitudes fundamentales y una predisposición personal. Como todo arte, se puede aprender. La herramienta fundamental para la ayuda es LA RELACIÓN: se trata de crear relaciones que las personas puedan “utilizar” para su propio provecho, para su propio desarrollo personal. No es tanto ayudar, como crear relaciones en las que el otro se ayude.

Actitudes básicas

Es sobre todo Carl Rogers quien más ha aportado a un tipo de relación con otra persona donde se intenta crear unas condiciones tales para que el otro salga beneficiado. A lo largo de su producción teórica, Rogers dio tres nombres a su orientación:

- a) *No directividad* (1942) que supone no orientar, mandar ni sugerirle a la otra persona lo que tiene que hacer.
- b) *Orientación centrada en el otro* (1951) donde el centro de la relación es la otra persona.
- c) *Relación de ayuda* (1960-61).

Lo importante no son las técnicas que se utilicen, sino la *relación* y las *actitudes* que se establezcan con la otra persona.

Rogers subraya la importancia de una relación intensa, hecha de **aceptación**, de **respeto** y de **empatía**, de modo que se permita a la persona entrar en contacto con los propios sentimientos, expresarlos, ganar confianza en sí misma y tomar decisiones con respecto a su propia vida. El fin no es resolver un problema particular, sino *ayudar* a la persona a desarrollarse.

Caminar juntos

De entre las metáforas más usadas para representar la relación de ayuda, es la de “*caminar juntos*”.

- a) La concepción de la persona supone que el sujeto tiene en sí mismo la capacidad de comprender los factores de su vida que le están produciendo malestar, y de reorganizarse a sí mismo hasta vencer estos factores.
- b) Esta capacidad llegará a ser eficaz si el que le ayuda puede establecer con él una relación lo suficientemente cálida, aceptante y comprensiva.

Generalmente, la persona necesitada de ayuda:

1. Está viviendo una situación que le supone una *dificultad* concreta. El presupuesto fundamental es que nadie mejor que él (ella) conoce lo que está viviendo.
2. La dificultad, lo que experimenta, genera *sufrimiento*. El acompañante es interpelado desde el sufrimiento concreto que vive la otra persona.
3. El sufrimiento se expresa en diferentes *sentimientos*: inseguridad, miedo, ansiedad, culpabilidad, ira...

Esta persona espera que el acompañante:

1. *Comprenda*, ante todo, los *sentimientos* que está viviendo, que acepte su miedo, su inquietud...
2. Participe de alguna manera del *sufrimiento* que está experimentando, que se ponga en su lugar. El sufrimiento es menor si es compartido.
3. *Examine con él las dificultades* y que busque *el sentido de su problema*, sin juzgar.
4. Le ayude a buscar pistas para salir de tal situación, para tomar una decisión o para vivir de otra forma...

Características de la relación de ayuda

Los dos principios que caracterizan a la relación de ayuda son: la no-directividad y la relación centrada en el otro.

1. La No - Directividad

El significado y el fin de la no-directividad consisten en facilitar a la persona que, en coherencia consigo misma, se construya su propio mundo de valores y encuentre sus propias soluciones (adecuadas a su realidad y a sus problemas). Supone aceptar que tenemos nuestro propio mundo de valores y que el otro tiene el suyo.

Es importante señalar que la No-directividad no equivale a permisividad, puesto que tiene relación con el mundo subjetivo de la persona, no con su comportamiento. Esta postura no-directiva se deriva de la creencia en *la tendencia a la actualización* de las personas. Es decir, que parte de una confianza en que la persona, en condiciones ambientales adecuadas, tiende por sí misma a su propio crecimiento y desarrollo. Ella es la principal interesada en su propio bienestar y en la actualización de sus potencialidades. Este enfoque, por tanto, permite a la persona hacer descubrimientos significativos respecto a sí misma, y en base a ellos establecer planes de acción.

2. La relación centrada en el otro.

El centro de la relación es la otra persona. Este principio implica dejar a un lado el propio mundo interno, ser capaz de dejar vivir al otro su proceso, sin interpretar, sin pedir explicaciones (lo importante es que el otro se entienda a sí mismo), sin pretender que el otro se entere de más o de menos cosas de las que puede y quiere enterarse, y supone asumir que nuestras necesidades no son las del otro.

Actitudes básicas

¿Cuáles son aquellas disposiciones interiores que el acompañante debe cultivar en sí mismo para cumplir su misión de ayudar con mayor eficacia? En lo posible, debe ser él mismo frente al otro (**genuino**), aceptarlo como persona sin poner condiciones (**aceptación incondicional**) y entrar paso a paso en su mundo interior (**empatía**).

Para establecer una relación de ayuda es necesario que se den tres actitudes básicas:

1. Congruencia

Esta actitud fundamental viene indicada con varios términos que son casi sinónimos: coherencia, genuinidad, transparencia, autenticidad, sinceridad, acuerdo y espontaneidad. Se trata de la disposición del que acompaña para consigo mismo, que consiste en la coherencia entre lo que él es, piensa, siente, vive y expresa. Es alguien auténtico, sin máscaras.

La condición fundamental para ser auténtico en la relación interpersonal es la de conocer y aceptarse a uno mismo. La autenticidad implica un buen conocimiento de sí mismo y una sintonía entre la verdadera vivencia o sentimiento, la conciencia de la misma y su manifestación exterior. Una persona es auténtica cuando lo que dice está acorde con lo que piensa y, sobre todo, con lo que siente. La persona auténtica es sincera y honrada consigo misma, y cada cosa que realiza muestra un aspecto real de sí misma.

Sólo mostrándome tal cual soy puedo lograr que la otra persona busque exitosamente su propia autenticidad. Si el acompañante es auténtico será capaz de establecer una relación genuina consigo mismo, con los demás y también con Dios. La congruencia se traduce en renunciar a prestar ayuda a determinadas personas que despiertan un rechazo en el acompañante u otros sentimientos negativos, o su realidad desborda lo que se puede hacer.

¿Cuándo se es congruente? Cuando se manifiesta exteriormente como conscientemente se vive y se siente. Se manifiesta un *talante*, una forma de ir por la vida. Todo mi mundo consciente lo comunico. El acompañante debe ser *transparente*, *congruente*, verdadero, auténtico, lúcido y consciente.

Papel de la congruencia en las relaciones

1. En las relaciones profesionales

Un grado de acuerdo interno siempre es necesario para saber si puedo ayudar o no. A veces por congruencia o fidelidad a mí tendré que renunciar a ayudar, sobre todo si tengo sentimientos fuertes hacia la otra persona, o si no comprendo su mundo. Esto se logra teniendo un oído en mi interior para saber qué sentimientos despierta en mí la otra persona, y así apartarlo para que no mediatice o me impidan escucharle.

No mezclar mi mundo personal con el mundo de la otra persona, porque así podré favorecer la empatía. Distinguir mi mundo y lo que es mío, del mundo del otro y de lo que es de él. Guiarme por lo que siente el otro no por lo que yo siento. Aparecer ante el otro como persona real y no sólo como un rol profesional.

2) En las relaciones habituales.

Permite una comunicación real y auténtica: nos capacita y posibilita el transmitir mensajes auténticos y verdaderos. Evita la ambivalencia. Si soy consciente de lo que realmente siento, transmitiré mensajes claros y no ambiguos o con dobles mensajes.

Cómo se favorece:

— SIENDO ESPONTÁNEO Y LIBRE. No incontrolado, ni impulsivo. Siendo consistente en los valores. Actuar como uno piensa y siente, lo contrario de pensar o sentir una cosa y luego decir otra.

— EVITANDO AUTODEFENDERSE: conociendo las propias fuerzas y déficits. Aceptando las críticas, examinándolas y valorándolas.

— EVITANDO UN RÍGIDO ROL “PROFESIONAL”: En lo posible, transmitir mensajes no distorsionados y específicos. Ser concretos y no hablar en abstracto. Vivir y comunicar el aquí y ahora. Ser consciente de lo que el otro nos hace sentir y, si es importante para él, transmitírselo (siendo lo suficientemente sensibles para ver lo que es apropiado en ese momento y para esa persona). Escuchar al otro sin distorsionar sus mensajes. Favorecer la independencia y la autonomía. Dejar a la persona ser lo que es, diferente de nosotros, con sus ideas, sus valores, etc. Responder correctamente a sus necesidades. Estar atento a lo que la persona nos pide, a lo que necesita, a cómo quiere que le ayude, etc. Permanecer abierto, no a la defensiva.

2. Aceptación incondicional

Significa **aceptar** a la persona que se pretende ayudar, con todo su presente, su pasado y su futuro, con su modo de expresarse y de vivir, sin reservas y sin juicios de valor. Reconocer que cada uno es responsable ante Dios y ante sí mismo de su propia vida.

Simboliza también el calor en la relación, en que la otra persona percibe la sensación de ser aceptado y respetado. Supone **fiarse** de la otra persona, **acoger** su historia y verlo como alguien

valioso. El mensaje es: “*creo en ti y confío en tus recursos*”. Porque se parte del principio de que toda persona es como una isla, y estará animada a construir puentes hacia las otras islas solamente cuando se sienta segura de poderlo hacer. Esto se facilita cuando nos sentimos aceptados por otro.

Es el aprecio y reconocimiento del valor y dignidad del otro como persona. Es adoptar una actitud positiva, cercana y cordial, de profundo respeto. Como vemos, la aceptación incondicional de la cual aquí se habla, no se refiere sólo al contenido de la comunicación del cliente sino a toda su persona.

No significa aprobación ni desaprobación, sino constatación. Es prescindir de cualquier juicio de valor. Porque incluso la aprobación es una amenaza para la persona: “hoy me apruebas y eso me gusta, pero también me asusta porque otro día me puedes desaprobarte”. Si nos mostramos *indiferentes y distanciados*, el otro se sentirá ignorado, abandonado, sentirá desconfianza e inseguridad; si por el contrario somos *excesivamente afectuosos*, puede fácilmente generar dependencia en el otro. Es incondicional: acepto al otro como es, sin condiciones.

La aceptación incondicional que Jesús tuvo con Zaqueo, con la Samaritana y el buen ladrón..., son buen ejemplo de lo que queremos decir. Jesús se limita a acoger, a demostrar confianza y a amar; no discute, no juzga, no reprocha, sino que ayuda a estas personas a tomar mayor conciencia de su situación.

Recordar que estamos hablando de actitud: cómo me sitúo internamente de cara al otro que me expone su problema. Recordar lo que busco con esa actitud: ayudar a que el otro sea más persona, más libre y que resuelva sus conflictos. Hablamos de Aceptación positiva y cordial. Supone un respeto a su persona = aprecio. Esta actitud es el comienzo del cambio: sólo cuando yo me siento aceptado incondicionalmente o soy aceptado así, sólo entonces empiezo a cambiar.

Efectos

a. Seguridad y libertad en la persona

Lo que nos condiciona en nuestro comportamiento y lo que más nos amenaza y nos impide funcionar es el juicio de los demás: cómo me aceptan los otros en cómo visto, qué hago, qué pienso, etc. El juicio es el que más levanta las defensas. Es el

más amenazador en las relaciones humanas. La teoría de la comunicación afirma que hay que mandar mensajes *Yo*: me he sentido herido, y no *Tú*: me has herido.

Si el acompañante toma una actitud empática, consigue libertad y seguridad. El otro no me condicionará en lo que quiero ser. En la aprobación, aunque de momento lo viva bien, experimento una amenaza (“luego me podrán desaprobar”). En la aceptación es diferente. La seguridad es clave, por ejemplo, en las relaciones de amistad.

b. La Aceptación Incondicional permite desandar el camino equivocado que había recorrido por aceptaciones condicionadas.

La persona falsea su Ideal del yo porque otros le quieren a condiciones que sea como ellos quieren. Al encontrar a alguien que me acepte incondicionalmente, puedo recuperar elementos míos. En el proceso, la persona irá recuperando cosas olvidadas y cuestiones que le habían dicho que eran incorrectas. Vivir esta actitud es ir en contra del juicio.

Cómo se expresa:

- ESTAR CON LA OTRA PERSONA. Mostrar interés por él. Que haya una voluntad para trabajar con él; una disposición de nuestro tiempo y energía, y puesta en marcha de nuestras habilidades y recursos.
- VIENDO AL OTRO COMO UN SER ÚNICO E IRREPETIBLE: fomentar y valorar su propia individualidad, no pretender que se convierta en alguien “distinto”, y evitar moldearlo según nuestros deseos.
- VIENDO A LA PERSONA COMO TENDENTE A LA AUTODETERMINACIÓN: como alguien con recursos que, una vez desbloqueados, pueden llevarle a una vida más plena. Transmitirle que confiamos en él y en sus propias capacidades.
- ASUMIENDO LA BUENA VOLUNTAD DEL OTRO: partir de su deseo de cambio. Expresando cordialidad. Evitando los juicios de valor y las críticas.

3. Empatía

El término castellano **empatía** se tradujo del inglés *empathy*. Está compuesto de la raíz griega “sentir”, precedida por la preposi-

ción inseparable “dentro”. Se trata, por tanto, de **EM-PATIA (SENTIR-EN, SENTIR-DESDE-DENTRO)**, a diferencia de la SIMPA-TIA (SENTIR-CON).

Es la capacidad de percibir y comprender correctamente lo que piensa y experimenta otra persona, tal y como ella lo está viviendo. Y reflejárselo en un lenguaje que la persona sea capaz de entender, acorde con la edad, la cultura, etc. Es captar el mundo del otro desde el otro, desde su marco de referencia interno (compuesto por sus actitudes, sus creencias, sus sentimientos,...), su manera personal de vivir esos hechos.

Se está **comprendiendo** empáticamente a la otra persona cuando se perciben sus sentimientos y significados personales, en cada momento, “desde dentro” como el otro los ve, y cuando se comunica algo de esa comprensión a la persona. No basta con que creamos que hemos comprendido a la otra persona. Hay que esforzarse por hacerle ver que la hemos entendido.

Es la **actitud** lo que cuenta. Se trata, en el fondo, de transmitir comprensión, además de comprender (Ej. Puedo querer mucho a una persona, pero si nunca se lo transmito...). Si lo recibe, siente que realmente está siendo comprendido. Cuando más se siente comprendido y aceptada la persona, más deja caer las falsas “fachadas” para moverse a una dirección de mejora.

Carl Rogers lo evoca y lo describe así: ¿sería capaz de comprender, desde el interior, el mundo interior de este individuo? ¿Sería capaz de verle con sus propios ojos? ¿Sería capaz de ser bastante sensible para evolucionar en el interior del mundo de sus sentimientos, para saber cómo se siente si uno es él, para poder experimentar no sólo las significaciones superficiales, sino algunas significaciones más profundas (en el mundo interior del otro)?

Rogers afirma que si soy capaz de comprender el mundo del otro tal y como lo vive convirtiéndome en el otro, soy capaz de comprenderlo con mayor profundidad que como él lo comprende. Puedo darle datos de los cuales él no se había dado cuenta. Esto también hace que el otro ponga en marcha un proceso de autococonocimiento.

Es necesario distinguir la empatía de la simpatía y de la perspicacia diagnóstica. La simpatía se basa principalmente en la emoción. Y la participación está fuertemente determinada por

alguna experiencia personal, mientras que la empatía se relaciona con aspectos cognitivos y emotivos de la experiencia de los demás y se traduce en una participación en la experiencia del otro, tal como él la vive. Las dificultades más comunes a la hora de adoptar una actitud empática pueden ser: la rigidez mental, la tendencia a expresar juicios de valor, el escaso interés por el contenido o por la persona como cliente, un estado de inseguridad o de ansiedad, o el estar más preocupado por aquello que se quiere decir después al cliente.

Cómo se expresa:

- ATENDIENDO FÍSICA Y PSICOLÓGICAMENTE tanto los mensajes verbales como los no verbales. Es decir, acogiendo a la persona, estableciendo contacto visual, adoptando una postura cercana, mostrando tranquilidad, etc. Para ello se necesita sensibilidad, y capacidad de observar y de recoger el mundo del otro.
- ESCUCHANDO ACTIVAMENTE LOS MENSAJES PRINCIPALES, buscando siempre los de mayor carga afectiva. Así mismo, asimilando y reflexionando. Darse tiempo a uno mismo para asimilar y reflexionar.
- RESPONDIENDO FRECUENTEMENTE Y CON BREVEDAD A LOS MENSAJES CLAVE, aprovechando sus pausas. Nunca hablar más que el otro. Es importante que esto se haga transmitiendo flexibilidad y apertura, de forma que el otro pueda enfatizar, negar, explicar...
- RESPONDIENDO AL CONTENIDO Y AL SENTIMIENTO. Es decir, tanto a los hechos que cuenta, como a la forma de vivirlos. Teniendo como referencia sus respuestas, no lo que nosotros interpretamos.

Algunas respuestas parecen empatía, pero realmente no lo son. Por ejemplo:

a) Empatía inadecuada

Algunas veces nuestras respuesta pueden ser inadecuadas simplemente porque se ha fallado en atender y escuchar bien. Dichas respuestas no tienen nada que ver con lo que el otro nos ha estado diciendo.

b) Fingir comprensión

Algunas veces encontramos dificultad en comprender lo que el otro está diciendo, aunque estemos atendiendo y escuchando con atención. En lugar de engañar o fingir que le comprendemos, es preferible decir: “creo que te he perdido. ¿Podríamos ver lo que acabas de decir un poco más despacio?”. Tal apreciación es un signo de respeto y preocupación hacia el otro, y desde luego, infinitamente preferible a decir: “comprendo”, cuando no es verdad.

c) Mostrar “simpatía”

Es importante no confundir la simpatía con la empatía. Cuando experimento simpatía siento lo mismo que el otro, me identifico con el problema de la persona haciéndolo mío. En la empatía, en cambio, me pongo en el lugar de otro para llegar a comprender su problema como si fuese la otra persona, pero sin perder nunca la condición del “como si...”, sin llegar a identificarme con ella.

Si se cumplen estas tres condiciones: CONGRUENCIA, EMPATÍA y ACEPTACIÓN INCONDICIONAL en la relación de ayuda, la persona podrá desarrollar todas sus capacidades. Al sentirse escuchada, comprendida y aceptada, podrá experimentar vivencialmente los aspectos de sí misma que habían permanecido ocultos en su interior. La persona se abrirá a su experiencia, descubrirá que su organismo es digno de confianza, y sentirá menos temor hacia sus propias reacciones emocionales. Comenzará a aceptarse y a manifestar mayor coherencia. De esta forma también se facilita el que pueda enfrentarse con situaciones que le resultan problemáticas.

Bibliografía consultada

1. BREEMEN, P., *Acompañamiento espiritual hoy*: Manresa 68 (1996) 361-377.
2. GALINDO, A.L., *Claves antropológicas para el Acompañamiento espiritual*: Frontera Hegian 23 (1998) 1-82.
3. GARCIA, A., *Hombres y mujeres “de dos tiempos”*. *Puntos sensibles del Acompañamiento espiritual*: Sal Terrae 85 (1997) 629-640.
4. GONZÁLEZ-ALORDA, A., *Acompañamiento espiritual. Aportes psicológicos al diálogo espiritual*, Perú, Centro de Espiritualidad Ignaciana, 1993.

5. ROGERS, C:

- 1942: *Orientación Psicológica y psicoterapia*, Madrid, Narcea, 1978
- 1951: *Psicoterapia centrada en el cliente*, Argentina, Paidós, 1966.
- 1959: *Psicoterapia y relaciones humanas*, Madrid, Alfaguara, 1967
- 1961: *El proceso de convertirse en persona*, Barcelona, Paidós, 1972.
- 1977: *El poder de la persona*, México, El Manual moderno, 1980.

LAPLACE, J., *La Dirección de conciencia. El diálogo espiritual*, Zaragoza, Hechos y Dichos, 1967.